

Inspirasjonstorget

På inspirasjonstorget finner du en rekke gode eksempler på hvordan kommuner, frivillige, sosiale entreprenører og næringsliv kan jobbe sammen for å skape bærekraftige og helsefremmende nærmiljø. Bli inspirert av nærmere 30 nyskapende tiltak!

Bodø Bylab

I jakten på de beste løsningene på vår tids samfunnsflokker må vi snakke med de fremste ekspertene på området, nemlig innbyggerne i kommunen. På Bodø Bylab, i dag plassert på Stormen bibliotek, kan innbyggerne møte opp fysisk og komme med forslag og løsninger på hvordan Bodø i framtiden skal bli en bedre kommune å bo i. Slik vil kommunen utløse kreativitet, engasjement og fellesskapsfølelse, samt bidra til oppslutning om, og legitimitet til, de løsningene som velges.

Aktør: Bodø kommune

MED ungdom i fokus

Vi vil at barn og unge skal gjøres i stand til å ta gode valg og være bidragsyttere i utvikling av eget liv og lokalsamfunn. *MED ungdom i fokus* er en tjeneste som gjør det lettere å styrke dialogen med barn og unge. Med det som kalles «fokusdag» får ungdom en arena til å diskutere alle typer emner og utvikle ideer i en

prosess, fri fra voksne. Håpet er at fokusdagen kan være starten på en aktiv dialog mellom unge og voksne!

Aktør: Nordland fylkeskommune i samarbeid med Brønnøy, Vefsn og Hemnes kommune

Fritid 123

Fritid er en viktig arena for deltakelse, mestring og sosial inkludering. Da Modum kommune involverte innbyggerne i arbeidet med å utvikle løsninger for å oppfylle fritidserklæringen pekte alle på behovet for bedre informasjon om allerede eksisterende fritidsaktiviteter. I tett samarbeid med innbyggerne utviklet kommunen en ny nettside, www.fritid123.no, med oversikt over alle organiserte fritidsaktiviteter i Modum, Sigdal og Krødsherad kommune. Utviklingen av fritidsportalen har ført til økt kunnskap om fritidsaktiviteter i kommunen, som igjen har ført til økt deltakelse. Det har styrket fritidsaktiviteter som en viktig helsefremmende faktor.

Aktør: Modum kommune

Innbyggertorg i Asker

Askers nye innbyggertorg er en møteplass og kulturarena på tvers av generasjoner og kulturer. Her legges det til rette for samskaping og medborgerskap i praksis! På innbyggertorgene etableres partnerskap mellom innbyggere, organisasjoner, næringsliv og aktuelle kommunale tilbud. I samhandling med

innbyggerne skal torgene fylles med aktiviteter som er åpne for alle i lokalmiljøet. Tilbudet styres av lokale initiativ, ønsker og behov, og de fleste aktivitetene driftes av frivillige. I tillegg legges det opp til tett samarbeid med andre lokale aktører. Innbyggertorgene skal være et sted hvor det er godt å være enten du har et ærend eller ikke, enten du er alene eller sammen med flere.

Aktør: Asker kommune

Frivilligbørs i Oppegård

Kommuner kan ikke utvikle lokalsamfunnet alene, men trenger hjelp fra aktive frivillighetsmiljøer og et engasjert, lokalt næringsliv! Frivilligbørs er en arena hvor det skapes nye muligheter, lokale nettverk og konkrete samarbeidsavtaler. Her viser frivillige organisasjoner sitt engasjement, næringslivet blir mer synlig lokalt og kommunen finner nye samarbeidsformer. Du kan tilby kompetanse, underholdning og opplevelser, arrangere kurs og dugnader, låne eller arve utstyr – mulighetene er mange!

Aktør: Oppegård kommune

Asker velferdsrab

Velferdsrabben er en ny modell for å koordinere tjenester til familier eller ungdommer i en vanskelig livssituasjon. Med velferdsrabben går man fra å tenke velferd som en kostnad til å tenke velferd som en investering. Innbyggeren eller familien slipper å forholde

seg til adskilte instanser, i stedet setter kommunen innbyggeren i sentrum og spør «hva er viktig for deg?». Alle aktører (offentlige, frivillige eller private) som kan bidra til å forbedre innbyggerens livssituasjon samarbeider om å finne gode og langsiktige løsninger, samtidig som de selv tar et stort ansvar for å endre livssituasjonen sin.

Aktør: Asker kommune

Fremtidens sentrum – medvirkning i Melhus

400 innspill fra store og små kom inn da Melhus kommune arrangerte medvirkningsdag for å få hjelp til å utforme “Fremtidens sentrum”. En trivelig og inspirerende arena ble skapt med en rekke arrangementer for store og små med sang, lek, dans og debatt. Et medvirkningsverksted ble satt opp hvor alle som ønsket det kunne skrive eller tegne ned sine forslag til utformingen av sentrum og et filmteam var i sving for å fange opp kreative forslag fra publikum. Forslagene blir nå brukt i arbeidet med å forme fremtidens Melhus.

Aktør: Melhus kommune

FNs bærekraftsmål som grunnlag for nye Asker

Fremtidens Asker er blant de første kommunene i Norge som tuftes på FNs bærekraftsmål. Folkevalgte og representanter fra administrasjonen har sammen jobbet med å finne en god løsning for hvordan kommunen skal bruke FNs bærekraftsmål som et overordnet rammeverk

for kommuneplanen og underliggende planer. Arbeidet har resultert i en metode for hvordan bærekraftsmålene kan oversettes til vår lokale virkelighet og gjøre dem relevante for Asker kommune. I arbeidet med å utvikle metoden har lokalpolitikere samarbeidet på tvers av partipolitikk og tradisjonell sektortenkning, og har derfor bidratt til å etablere et felles ståsted.

Aktør: Asker kommune

Folkehelsealliansen i Nordland: Sammen om Et Freskt Nordland!

God folkehelse krever samarbeid på tvers. Nordland var den første fylkeskommunen i landet som etablerte en folkehelsealliansen – en felles møteplass og arena for erfaringsutveksling og drøfting av visjoner og strategier, samt initiere handling og samskaping i folkehelsearbeidet. Alliansen består av aktører fra offentlig, privat og frivillig sektor i Nordland. Sammen utvikler de sterke partnerskap og samarbeid for å løse felles utfordringer. Alliansen er en premissleverandør for utforming av politikk, programmer og tiltak som bidrar til å fremme god helse i Nordland!

Aktør: Nordland fylkeskommune

Hvordan mobilisere lokalbefolkningen til engasjement? - På vei mot gode nærdemokratiske ordninger og tiltak for innbyggerinvolvering i nye Kristiansand

Hvilke kommunale tiltak og ordninger kan fremme engasjement blant innbyggerne? Det fikk en politisk

arbeidsgruppe i nye Kristiansand kommune i oppgave å finne ut av. Arbeidsgruppen gjorde selv bruk av prinsippene innen samskaping og medvirkning samt innhentet innspill fra andre kommuner, forskere og innbyggere, og kom frem til en rekke anbefalinger. Gruppen så behov for faste dialogmøter med innbyggerne i utvalgte områder i kommunen; utprøving av oppgaveutvalg; igangsetting av ungdomsmedvirkningsprosjekter; nye metoder for medvirkning knyttet til planprosesser; og lett tilgjengelige mottaks- og oppfølgingskanaler for ideer og behov fra befolkning og samarbeidspartnere. Dette blir nå en del av utviklingen av nye Kristiansand.

Aktør: Kristiansand kommune

Sosialt entreprenørskap – verdiskaping i praksis

Sisters in Business er en sosial virksomhet som skaper arbeidsplasser for innvandrerkvinner som står utenfor arbeidslivet ved å satse på bærekraftig tekstilproduksjon. Den sosiale virksomheten er mer enn en jobb: det er et arbeidsfellesskap og et levende miljø. Målet er økonomisk bærekraft i samarbeid med offentlig og privat sektor, næringsliv og frivillige. Virksomheten utvikles i en samskapingsmodell sammen med Asker Kommune og Nav Asker, som er skalerbar til andre steder og kan benyttes innen andre virksomhetsområder.

Aktør: Sisters in business (sosial entreprenør)

Det gode liv i Bodø

Hvordan kan alle innbyggere i fellesskap bidra positivt til klima- og miljøutfordringen, vår psykiske og fysiske helse og andre faktorer som fører til et godt liv? I hele 2019 kjører Bodø kommune en rekke kampanjer og konkurranser knyttet opp mot ulike temaer, for å bidra til et felles løft for et bærekraftig, helsefremmende og framtidsrettet samfunn. Aktører fra et bredt spekter av ulike sektorer er tett involvert og Bodø Bylab brukes flittig som felles samskapingsarena, slik at også enkeltpersoner kan bidra til å forme innholdet i "Det gode liv i Bodø".

Aktør: Bodø kommune

Smaksverkstedet: matglede i fellesskap

Smaksverkstedet er et gratis og inkluderende fritidstilbud, der barn og unge får rom til å utforske mat og smak, og oppleve matglede i fellesskap. Her lærer barna å lage god og enkel mat uten oppskrift og gir dem de viktige verktøyene for å kunne ta gode matvalg i fremtiden. Tiltaket har som mål å gi barn og unge et sunt forhold til mat, i tillegg til å være en inkluderende arena hvor barn - sammen med engasjerte instruktører - kan utvikle matglede og matkompetanse. Smaksverkstedet gjør barn og unge i stand til å ta gode og bærekraftige matvalg, uavhengig av sosioøkonomisk status.

Aktør: Folkelig (sosial entreprenør) i samarbeid med Oppegård, Gjøvik, Asker, Bodø, Fjaler og Kristiansand kommune

Biblioteket som samskaper

Hvordan kan biblioteket få en større rolle i lokalsamfunnet? Dette prosjektet videreutvikler historien om folkebibliotekets rolle i lokalsamfunnet og undersøker hvordan biblioteket kan være en aktiv deltager i å løse de utfordringene vi står overfor.

Biblioteket som samskaper utfordrer måten bibliotekarer utvikler tjenester og løsninger på ved å ha fokus på at det skal skje sammen med innbyggerne og lokalsamfunnet. Noe av det unike med dette prosjektet er at folkebibliotekene skal gjennomføre samskappingsprosjekter i sine hjemkommuner i løpet av den toårige prosjektperioden. Resultatet blir nye tjenester og løsninger som skaper verdi for lokalsamfunnet.

Aktør: Oppland fylkesbibliotek

Sammen for helsefremmende barnehager og skoler i Nordland

Hvordan fremme helse i skoler og barnehager? I Nordland har fylkeskommunen utviklet en sertifiseringsordning med fokus på daglig fysisk aktivitet, nok søvn, gode matvaner, trygghet og mestring. Konkrete samarbeid er opprettet med kommuner og de enkelte institusjonene, samt Gjensidigestiftelsen og friluftsrådene for å få alle fylkets skoler og barnehager

med på ordningen. I dag er 292 skoler og barnehager sertifisert som helsefremmende!

Aktør: Nordland fylkeskommune

ALLEMED – et verktøy for å inkludere barn og unge

ALLEMED er et gratis verktøy som gjør det lettere å inkludere alle barn og unge i fritidsaktivitet, uavhengig av familiens økonomi. Verktøyet brukes til å skape diskusjon og finne ut hva som skal gjøres for å få alle med. Fattigdom fører til at barn ekskluderes fra sosiale, kulturelle og idrettslige arenaer, noe som kan føre til en økt opplevelse av å ikke høre til. Skal alle barn bli med, må handling skje lokalt. ALLEMED-verktøyet brukes i en dugnad der alle deltakerne involveres og utfordres til å reflektere rundt hvordan vi sammen kan senke barrierene for deltakelse i fritidsaktivitet.

Aktør: Nasjonal dugnad mot fattigdom og utenforskap blant barn og unge (NDFU).

Aktivitetsguide i Asker

Idretten er en av de viktigste sosiale møteplassene i Asker, men mange barn og unge deltar ikke på fritidsaktiviteter. Gjennom aktivitetsguideordningen bidrar Asker idrettsråd til at flere blir inkludert, og guidene fungerer som en brobygger mellom familien og idretten. De flerkulturelle aktivitetsguidene hjelper barn

og unge inn i organisert idrett ved å finne et selvvalgt tilbud til barnet/ ungdommen, forklarer familien hvordan idretten fungerer og legger til rette for et godt første møte med idrettslaget. Aktivitetsguide-ordningen har i underkant av et år hjulpet nærmere 60 barn inn i organisert idrett og bidratt til bredere nettverk for mange foreldre. Tiltaket er et samarbeid mellom Asker idrettsråd, idrettslagene, kommunen, NAV og Lions.

Aktør: Asker idrettsråd

TVERGA – ressursenter for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet

Alle skal kunne drive med en aktivitet de liker og være en del av et inspirerende fellesskap. TVERGA jobber for at barn og unge kan ha det mer moro der de er, ved å bidra til å skape et mer mangfoldig aktivitetstilbud for barn og unge i alle aldre! TVERGA fremmer kunnskap, kompetanse og nettverk hos kommunene og legger til rette for god medvirkning fra de ulike miljøene i planlegging og utvikling av anlegg for egenorganisert aktivitet. Deres oppdrag har utspring fra de egenorganiserte miljøene selv og er støttet av kulturdepartementet.

Aktør: TVERGA

A!A – Aktiv i Asker

Asker kommune er opptatt av at flest mulig barn og unge skal kunne delta i ulike fritidsaktiviteter. Derfor har kommunen utviklet en aktivitetsapp som har fått navnet A!A – Aktiv i Asker. Appen gir en god oversikt over fritidsaktiviteter, og kan gi billigere priser på utvalgte aktiviteter som svømmehaller, trampolinepark, bowling og andre arrangementer i Asker. Rabattene gjelder for alle barn og unge mellom 6 - 16 år. A!A er laget slik at andre kan sette inn penger på appen til barnet, for eksempel foreldre eller besteforeldre. Kommunen kan også ved behov tilby gratis arrangementer eller aktiviteter i kortet. Det bidrar til at flere kan delta i organiserte fritids – og kulturaktiviteter.

Aktør: Asker kommune

BUA – utstysrordning for sports- og fritidsutstyr

BUA er en nasjonal forening som skal gjøre det enklere for barn og unge å være fysisk aktiv, få bedre helse og samtidig redusere forbruket. I tillegg bidrar BUA til inkludering og økt deltakelse i helsefremmende aktiviteter for barn og unge. BUA fungerer som et utstyrsbibliotek, hvor bøker er byttet ut med sport- og fritidsutstyr. De har utviklet verktøy og tjenester som styrker og synliggjør utstysrordninger, slik at det blir enklere for flere å låne. Med sitt helhetlige konsept setter BUA-ordningen fart på utlån!

BUA i Asker

I Asker har Asker idrettsråd ansvar for etablering, drift og koordinering for de ulike BUA'ene i kommunen. Fokuset er på folkehelse, delingsøkonomi og bærekraft. I samarbeid med Asker kommune legges det til rette for faste åpningstider, kompetente medarbeidere og ikke minst variert utstyr av god kvalitet. Alle kan låne, selv om tilbudet først og fremst er rettet mot barn og unge. Innbyggerne kan låne utstyr for å teste forskjellige aktiviteter, se hva man liker og kanskje finne en aktivitet man vil fortsette med.

Aktør: BUA og Asker idrettsråd

Natur, kultur og helse

NaKuHel er et nasjonalt senter i Asker som fungerer som en møteplass for alle, uansett alder, etnisitet, sosioøkonomisk status eller helsetilstand. Her fremmes betydningen av natur- og kulturaktiviteter, deltagelse, sosial tilhørighet og mestringsopplevelser for opprettholdelsen av god livskvalitet og helse. *NaKuHel* har rundt 40 ulike aktivitetsgrupper, barnehage, sesongbaserte leire for barn og NaKuHel-dagen for kommunens 5. klassinger. Møteplassen drives av frivillige, personer utenfor ordinært arbeidsliv, studenter i praksis og ansatte. Senteret er en frivilligsentral og samarbeider bredt; med enkeltpersoner, andre organisasjoner, kommunen og NAV Asker, samt med universiteter og læringssteder om undervisning, kunnskapsformidling og forskning.

Aktør: Nasjonalt senter for natur, kultur og helse

Carpet Bowls – samskapt møteplass for eldre

Folkehelsesporten Carpet Bowls, (Teppe Bowls) er et Boccialiknende kulespill, med røtter tilbake til England. Carpet Bowls er en sosial lavterskelaktivitet som alle kan delta i. Spillet stimulerer balanse, koordinering og konsentrasjon, og gir en god mengde skritt! Aktiviteten startet som et initiativ fra Østfold fylkeskommune, og har senere blitt videreført i Halden gjennom et interkommunalt styre. I 2016 ble Norges Carpet Bowls Forbund stiftet, og i dag finnes det 21 lokale medlemsklubber. Frivilligsentralene og folkehelsekoordinatorene i kommunene er gode støttespillere, og Carpet Bowls har nå blitt en stor folkehelsesport i Norge.

Aktør: Carpet Bowls Forbund i samarbeid med Østfold fylkeskommune

Tur for alle - tilgjengelig, tilrettelagt og sentrumsnært friluftsliv

Tur for alle er et sammenhengende system av turveier i sentrumsområdene av Verdal kommune, hvor de fleste ruter er universelt utformet og godt tilrettelagt for vandring, sykling og bruk av rullestol. Turtilbudet er et ledd i kommunens satsing på lavterskel tur- og trimtilbud i sentrumsnære områder. Prosjektet er et

samskappingsprosjekt mellom Verdal kommune og Verdal Helsesportslag, samt støttet av Trøndelag fylkeskommune og Gjensidigestiftelsen. *Tur for alle* fikk Tilgjengelighetsprisen i Trøndelag i 2018, en pris for god universell utforming og som hedrer innsats for å bedre livsvilkårene for mennesker med nedsatt funksjonsevne i Trøndelag.

Aktør: Verdal kommune og Verdal Helsesportslag